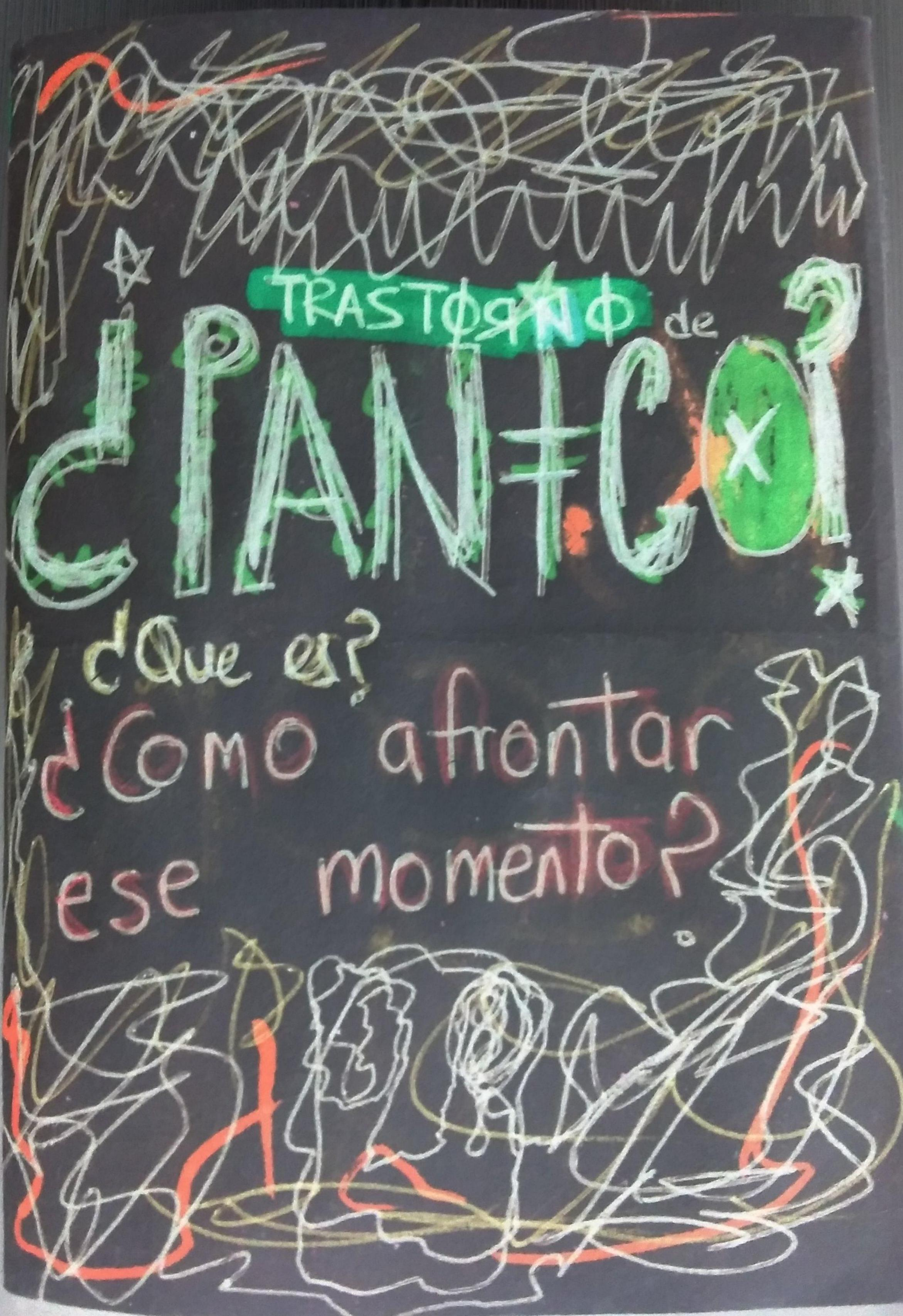
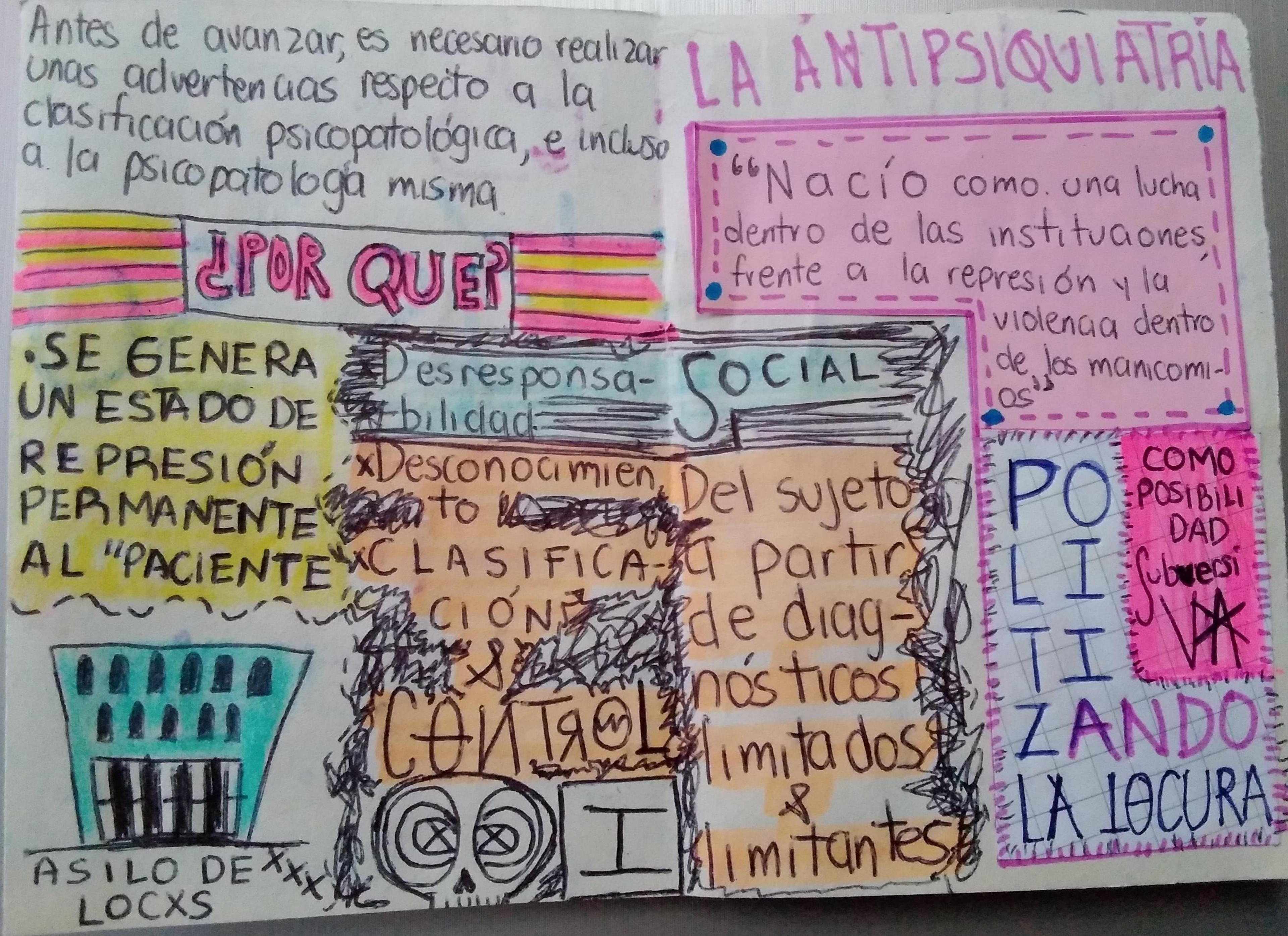
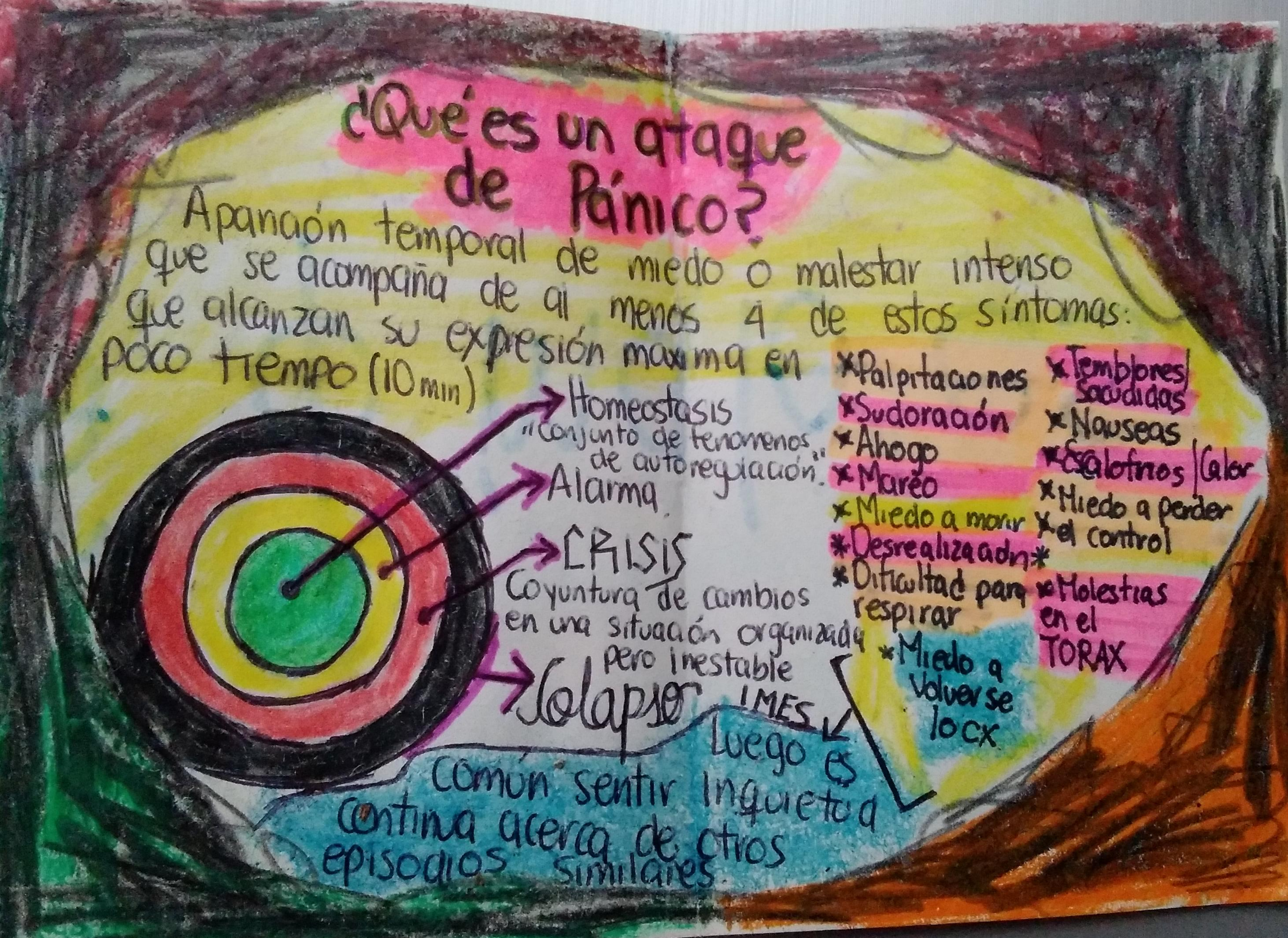

TRASTORNO de
¿PANICO?
¿Que es?
¿Como afrontar
ese momento?

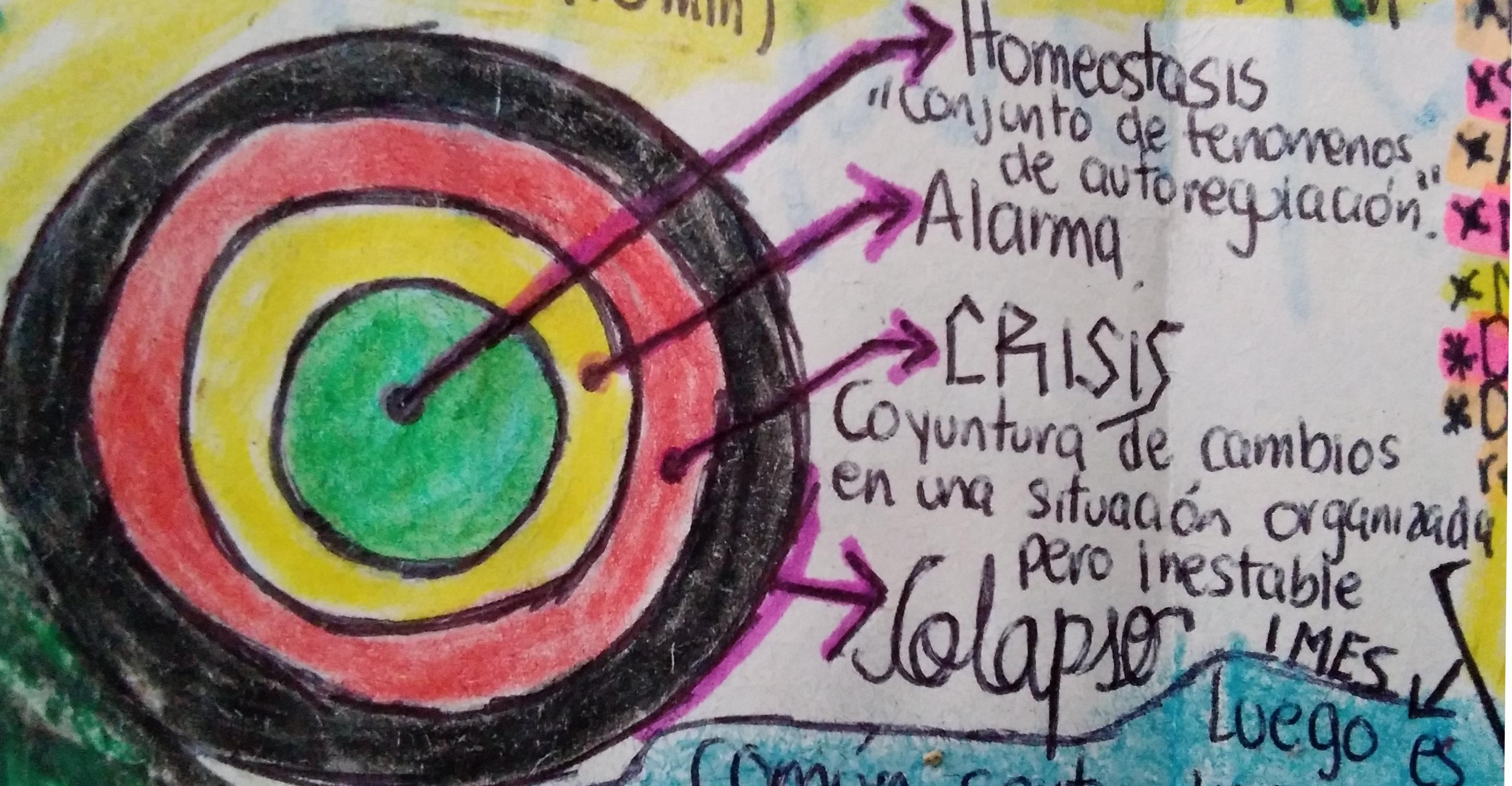


Antes de avanzar, es necesario realizar unas advertencias respecto a la clasificación psicopatológica, e incluso a la psicopatología misma
¿POR QUE?
•SE GENERA UN ESTADO DE REPRESIÓN PERMANENTE AL "PACIENTE"
Desresponsabilidad
SOCIAL
×Desconocimiento
Del sujeto a partir de diagnósticos limitados & limitantes
×CLASIFICACIÓN
&
CONTROL
ASILO DE LOCXS
LA ANTIPSIQUIATRÍA
"Nació como una lucha dentro de las instituciones frente a la represión y la violencia dentro de los manicomios"
POLITIZANDO LA LOCURA
COMO POSIBILIDAD SUBVERSIVA



Sin embargo, No debe desconocerse la relación entre el contexto
SOCIO-HISTÓRICO
y la aparición de "transtornos psico-patológicos"
Como por ejm: el COVID-19 ha generado el aumento de los TRASTORNOS DE PÁNICO
CAPITALISMO
MODELOS EXITOSOS DE VIDA
(PRE-ESTABLECIDOS)
CONSUMISMO
SOBREESTIMULACIÓN
PRODUCTIVIDAD


¿Qué es un ataque de Pánico?
Aparición temporal de miedo o malestar intenso que se acompaña de al menos 4 de estos síntomas: que alcanzan su expresión maxima en poco tiempo (10 min)
Homeostasis
"Conjunto de fenomenos de autoregulación"
Alarma
CRISIS
Coyuntura de cambios en una situación organizada pero inestable
Colapso
1 MES
Luego es común sentir Inquietud continua acerca de otros episodios similares
*Palpitaciones
*Sudoración
*Ahogo
*Mareo
*Miedo a morir
*Desrealización
*Dificultad para respirar
*Miedo a volverse loco
*Temblores/Sacudidas
*Nauseas
*Escalofríos | Calor
*Miedo a perder el control
*Molestias en el TORAX


Homeostasis
"Conjunto de fenomenos de autoregulación".
Alarma
CRISIS
Coyuntura de cambios en una situación organizada pero inestable
Colapso
MES
Luego es

malestar inte...
de estos síntomas:

* Palpitaciones
* Sudoración
* Ahogo
* Mareo
* Miedo a morir
* Desrealización
* Dificultad para respirar
* Miedo a volverse locx
* Temblores/Sacudidas
* Nauseas
* Escalofríos/Calor
* Miedo a perder el control
* Molestias en el TORAX

aada

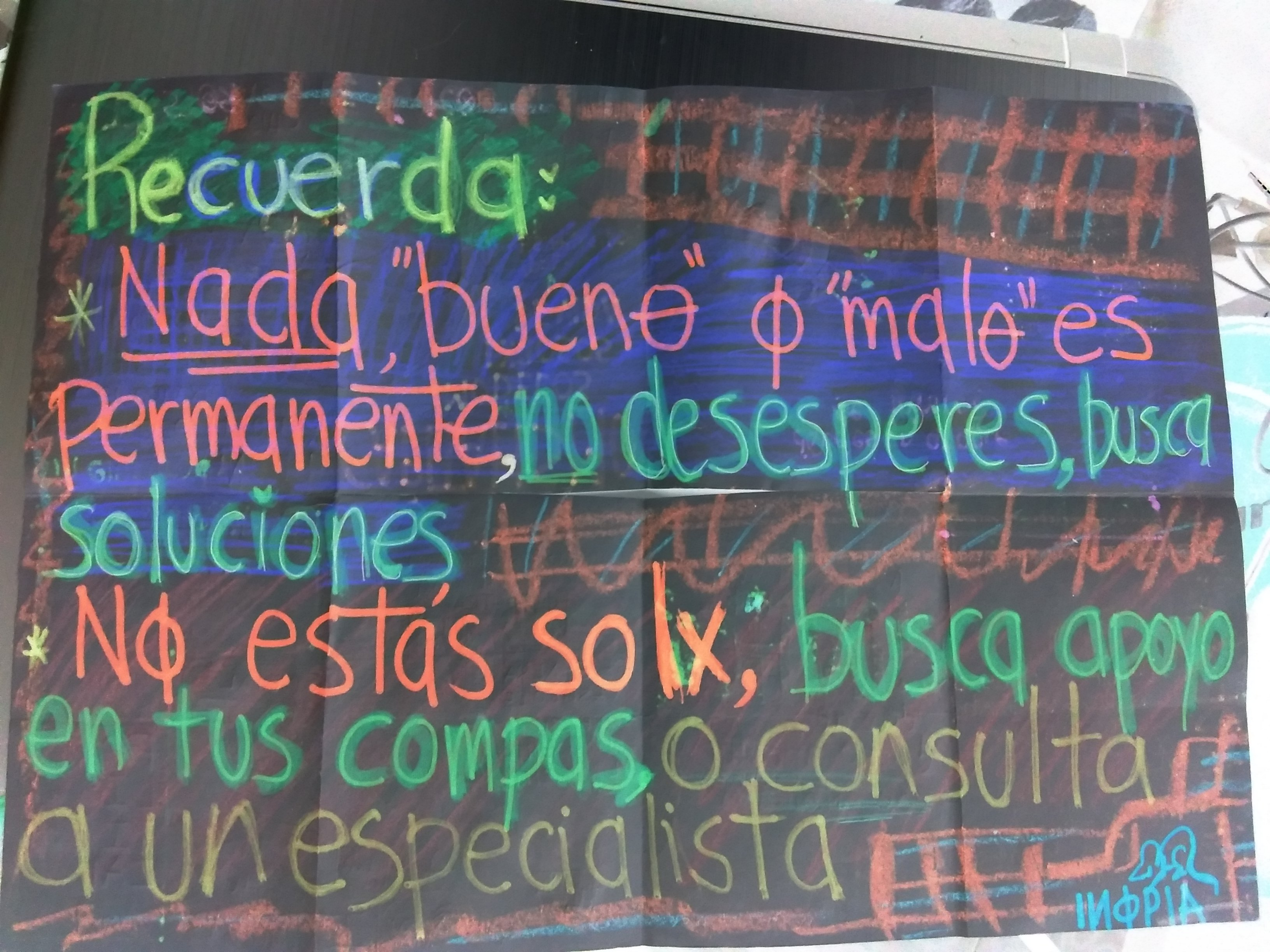
Ar

TERAPIA DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

¿Qué hacer?

Si esta cuestión es recurrente, consulta a un especialista, tu mismx puedes dar el primer paso e intentar

- Definir tus problemas o las causas de ansiedad
- Situarlos en orden de importancia
- Reflexionar y pensar posibles soluciones
- Elegir la mejor opción hacer planes detallados para lograrlo
- Ponerlo en practica y...


Recuerda:
* Nada "bueno" o "malo" es permanente, no desesperes, busca soluciones
* No estás solx, busca apoyo en tus compas, o consulta a un especialista
INΦPIA